

A. Haug:

DAS KLEINE BUCH VON DER SEELE

Ein Reiseführer durch unsere Psyche und ihre Erkrankungen

Verlag C. H. Beck, München 2017. 207 S., € 16,95

ISBN 978-3-402-70392-8

Was Sie schon immer mal einen Psychiater fragen wollten – hier steht es. Obgleich die Seelenheilkunde zu den ältesten medizinischen Fachbereichen gehört, wenn auch unter anderen Begriffen und Bedingungen, so hat es auch die moderne Psychiatrie mit allen psycho- und pharmakotherapeutischen Fortschritten und vor allem bildgebenden technischen Erkenntnissen nicht geschafft, sich eine Gleichstellung im Meinungsbild der Allgemeinheit zu anderen medizinischen Disziplinen zu sichern. Vielleicht wird es auch nie der Fall sein, zu mysteriös und für den Laien, ja im Einzelfall sogar Experten sind Beschwerdebild, Ursachen, Hintergründe und vor allem die psychosozialen Konsequenzen im Alltag zumindest einiger psychischer Störungen, die man wohl auch in Zukunft nur schwer einordnen, ja begreifen kann.

Mit anderen Worten: Die Seele, vor allem die kranke, seelische Störungen und die Psychiatrie, sind und bleiben wohl schwer fassbar. Das betrifft übrigens nicht nur die spektakulären Medien-Berichte, die fast täglich irritieren, es betrifft auch den Alltag, das Umfeld, vor allem angesichts einer hohen und für manche unbegreiflichen Zahl von seelischen Belasteten. Und wenn es einen selber trifft, ist man ohnehin ratlos, vielleicht sogar beschämt und hätte gerne hilfreiche Informationen und damit etwas Trost – gleichsam Entlastung durch Wissen.

Hier belastet ein weites Aufgabenfeld, und zwar für die zuständigen Experten, die früheren Nervenärzte und jetzigen Psychiater, Psychotherapeuten, auch klinisch tätigen Psychologen und – das wird immer deutlicher – sogar alle anderen Berufsgruppen, die sich mit der Seele im weitesten Sinne und der erkrankten im Speziellen beschäftigen. Und es betrifft sogar das weitere und nähere Umfeld der Patienten und damit eigentlich Laien, die trotzdem in vielen Fällen (wenn nicht gar überwiegend) die Hauptlast der an sich fremden Krankheit zu tragen haben.

Dabei kann man sowohl an hilfreiche als auch weniger unterstützungs-willige Vertreter geraten, wobei in praktisch jedem Fall empfohlen wird, sich selber fachlich zu informieren, an Angeboten mangle es ja nicht. Das stimmt, betrifft alle Medien und in schriftlicher Form Flyer, Broschüren, Fachbücher und allgemeinverständliche Sachbücher. Allerdings fällt eines auf: Bei den Autoren sind die Fachleute per se eher selten vertreten; eigentlich kann man sie zumindest derzeit populär-publizistisch an einer Hand abzählen. Das ist schade, denn von dort erhofft man sich ja eigentlich die grundlegenden Erkenntnisse, nicht zuletzt was konkrete diagnostische, therapeutische und präventive Aspekte anbelangt. Vielleicht spielt dabei aber eine gewisse selbstkritische Einsicht hinein, denn der Spezialist ist ja in praktisch jedem Fachbereich nicht immer der ergiebigste „Übersetzer“ ins Allgemein-Verständliche.

Da freut es denn, dass immer wieder Ausnahmen von der Regel überraschen, wie *Das kleine Buch von der Seele* von Professor Dr. Achim Haug von der Universität Zürich, Ärztlicher Direktor einer Fachklinik. Auch er hat viele wissenschaftliche Publikationen und die Erfahrung zahlreicher Seminare zu bieten, wie eine stattliche Zahl seiner Kollegen. Was ihn aber hier auszeichnet, ist der Versuch, das gesammelte Fachwissen aus dem psychiatrischen Alltag so aufbereitet zu vermitteln, dass es jeder versteht. Und dies in einer erfreulich sachlichen und stellenweise sogar gelassen-humorvollen Weise.

Es beginnt mit Grund-Fragen („die Sache mit der Seele“, nämlich ein halt unsichtbares „Organ“, auch wenn es im Gehirn zuhause ist, was übrigens mit den erwähnten bildgebenden Techniken unserer Zeit immer konkreter fassbarer wird). Dann natürlich die berühmte „Gretchenfrage“: Was heißt schon normal? Oder „Habe ich ein Problem oder eine Krankheit?“ Und schließlich etwas, was viele Betroffene heimlich umtreibt: „Wer ist schuld an meiner Krankheit, eine genetische Erblast, ich selber, das Umfeld, so etwas wie eine „seelische Infektion“ oder?

Ein großes, weil immer wieder neu umgewälztes Problem sind die Diagnosen in der Psychiatrie, vor allem die Fachbegriffe. Da muss sich die Psychiatrie so manche Kritik gefallen lassen, nicht zu Unrecht. Dafür kann man ihr aber zugutehalten, dass es wohl keine medizinische Disziplin gibt, die so gesellschafts-abhängig ist. Oder konkret: Heute werden Diagnosen gestellt, die die alte Nervenarzt-Generation noch nie gehört haben dürfte. Beim näheren Hinsehen allerdings ist dann aber auch fast

nichts wirklich neu, durch die heutigen differential-diagnostischen Möglichkeiten aber eben präziser darstellbar (und auch behandelbar?).

Um also dem Ganzen eine solide Basis zu vermitteln, bietet der Autor kurzgefasst die wichtigsten Symptome oder Erkrankungen an, wie sie heute „offiziell“ bindend sind, d. h. die Diagnosen nach der (derzeit gültigen, demnächst aber auch überarbeiteten) Klassifikation psychischer Störungen – ICD-10. Auch das übrigens nicht trocken, sondern mit sehr lebhaft gezeichneten Fallbeispielen angereichert.

Ein besonders „dunkles“ Kapitel ist und (bleibt?) die psychiatrische Klinik, die „diagnostische und therapeutische Endstrecke“, falls nicht vermeidbar. Um sie rankte sich früher so manches mysteriöse Meinungsbild voller Gerüchte, Schuldzuweisungen, scheinbare Skandale u. a. Das hat sich heute ein wenig gelegt, aber ob sie den neutraleren Status einer sonstigen Fachklinik erreichen kann, wird kontrovers diskutiert. Allein der Umstand, dass in den fast täglichen Nachrichten ein Täter „mit psychischen Problemen in die entsprechende Fachklinik eingewiesen werden musste“, ist natürlich nicht geeignet, vor allem als Laie hier emotionslos, neutral und objektiv zu werten. Dass sich trotzdem in diesem Bereich vieles getan hat, das „aller Ehren wert ist“, bleibt leider zumeist unerwähnt. Hier kann das Kapitel über „Patienten in der psychiatrischen Klinik“ so manches zurechtrücken.

Das Gleiche gilt für Ausführungen, die der Autor gleichsam augenzwinkernd anbietet, nämlich „von der seltsamen Spezies der Psychiater“. Es ist anzunehmen, dass sie zum attraktivsten Leseangebot dieses Buches gehören. Dabei wird dann allerdings auch klar, dass dieser Beruf in der Tat seine Belastungen hat, die auch von ernststen Konsequenzen nicht gefeit sind.

Da hat es dann die „feine Seite der Psychiatrie“ (Originalton), die Psychotherapie schon besser. Das wird auch ausführlich abgehandelt, jedoch selbstkritisch nicht nur die Möglichkeiten, sondern auch Grenzen. Und dies mit den derzeit wichtigsten Säulen psychotherapeutischer Behandlungsmaßnahmen, wobei auch die „Flügelkämpfe“ der jeweiligen Exponenten nicht ausgespart werden (Beispiel: „Von der Konfession zur Profession“). Wer sich hier übrigens einen komprimierten, aber informativen Überblick verschaffen will, der wird in den 30 Seiten durchaus fündig, zumindest was die Theorien anbelangt. Denn bei wem was am besten wirkt, hängt dann doch von so

manchen Imponderabilien ab, nicht zuletzt vom jeweiligen Psychotherapeuten, mit dem man ja an die mühsame Arbeit der bitteren Selbsterkenntnis gehen muss.

So kann es durchaus sein, dass auch Medikamente notwendig werden, die gerne als „das hässliche Entlein seelischer Behandlungs-Notwendigkeiten“ abgetan werden. Aber auch hier bleibt der Autor auf dem Boden der Alltags-Zwänge, spart nicht mit kritischen Aspekten (Versuch und Irrtum, Beipackzettel, Nebenwirkungen u. a.), lässt sich aber auch nicht auf uneinlösbare Versprechen ein, wie das bei allzu einseitig orientierten Befürwortern und Gegnern mitunter zu hören ist.

Zum Schluss geht es um das seelische Gleichgewicht, das schon immer ein heiß diskutiertes Thema war: von Hippokrates vor rund 2.500 Jahren bis heute, wo die „dynamische Balance“ angemahnt wird. Denn das Problem einer geradezu beängstigenden Zunahme seelischer Störungen sind nicht die „bekannteren“ seelischen Krankheiten, sondern die Konsequenzen psychosozialen Stresses, dem wir uns offenbar nicht erwehren können oder selber leichtfertig aussetzen.

Hier ein wenig Licht in das „Dunkel der modernen Seelenlage“ zu bringen, ist das Verdienst dieses kleinen, informativen und trotzdem lesefreundlichen Buches von Professor Dr. Achim Haug, in der Tat „ein lebendiger Reiseführer durch unsere Psyche und ihre Erkrankungen“ (VF).